

Rezept

Huhn im Mangoldblatt

Ein Rezept von Huhn im Mangoldblatt, am 18.04.2024

Zutaten

8 größere Mangoldblätter (ca. 250 g)	Salz
1 milde weiße Zwiebel	1 kleine rote Paprikaschote
8 Zweige Basilikum	100 g Doppelrahm-Frischkäse oder Ricotta
50 g frisch geriebener Bergkäse	Pfeffer
4 Hähnchenbrustfilets (à ca. 180 g)	¼ l Hühnerbrühe
4 EL Sherry (nach Belieben)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Mangoldblätter waschen und dickere Blattrippen flacher schneiden. In kochendem Salzwasser 1-2 Min. blanchieren, bis sie biegsam sind. In ein Sieb abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.
2. Zwiebel schälen. Paprikaschote waschen, putzen. Beides sehr klein schneiden. Basilikumblättchen waschen und fein schneiden. Frischkäse, Bergkäse, Zwiebel, Paprika und Basilikum verrühren, salzen und pfeffern.
3. Die Hähnchenbrustfilets kalt abspülen, trocken tupfen, salzen und pfeffern und rundherum mit der Käsecreme einstreichen. Jeweils 2 Mangoldblätter leicht überlappend aufeinanderlegen und je 1 Hähnchenbrustfilet darin einwickeln. Nebeneinander in einen Dämpfeinsatz legen.
4. Brühe mit Sherry in einem Topf aufkochen. Den Dämpfeinsatz darüberstellen und die Filets zugedeckt bei starker Hitze etwa 18 Min. dämpfen. Die Garflüssigkeit abschmecken und dazureichen.